

Паровые рыбные фрикадельки (Китайская кухня)

ИНГРЕДИЕНТЫ на 2 порции:

филе белой морской рыбы – 250 г,
 фарш из свинины – 50 г,
 куриное яйцо - 1 шт.,
 морковь маленькая – 1/2 шт.,
 капуста пак чой - 1 кочешок (или 2 листа салата романо),
 имбирь – кусочек размером с грецкий орех,
 зеленый лук - 1 стрелка,
 зеленый горошек – 50 г,
водяной каштан – 5 шт.,
сушеные грибы шиитаке крупные – 2-3 шт.,
светлый соевый соус - 1 ст.л.,
 вода – 100 мл,
сухой куриный бульон в гранулах – 1/2 ч.л.,
 белый сахар – 1 ч.л.,
кукурузный крахмал – 1 ст.л.,
Шаосинское вино – 1 ст.л.,
 молотый черный перец – 1/2 ч.л.,
кунжутное масло – 1 ч.л.



1. Разморозить при комнатной температуре зеленый горошек.
2. Замочить грибы шиитаке в теплой воде на 20 минут. По истечении этого времени отжать грибы от лишней воды, отрезать остатки ножек.
3. Помыть зеленый лук, морковь, листовые овощи. Ополоснуть консервированные каштаны.
4. Грибы шиитаке, морковь и водяные каштаны нарезать мелкими кубиками.
5. Имбирь почистить и натереть на терке. Зеленый лук нарезать колечками (только зеленую часть).
6. Измельчить рыбу в фарш, добавить к нему мясной фарш, соль, сухой куриный бульон в гранулах, белый сахар, яйцо и хорошо перемешать. Добавить 100 мл воды, кукурузный крахмал и еще раз все хорошенько перемешать. Вся влага должна впитаться в фарш.
7. Добавить в фарш измельченные грибы шиитаке, водяные каштаны, морковь, колечки зеленого лука, зеленый горошек, тертый имбирь, кунжутное масло, молотый перец, Шаосин и снова все перемешать. Должен получиться липкий фарш. Если он жидковат, то его можно поставить в холодильник на 15-20 минут.
8. Мокрыми руками сформировать из фарша 4 фрикадельки.
9. Поместить фрикадельки на тарелку с бортиками для сбора бульона и готовить в пароварке на сильном пару 20 минут.
10. Вскипятить в небольшой кастрюле воду, посолить ее и добавить 1 чайную ложку растительного масла. Бланшировать в этой воде листовые овощи в течение 1 минуты, затем откинуть их на сито и ополоснуть холодной водой.
11. Готовые фрикадельки можно подавать в той же тарелке, в которой они готовились, украсив бланшированными листовыми овощами.